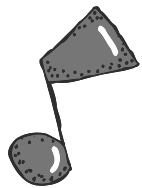


Grupos
pg. 3



Actividades
pg. 3



Cumpleaños
pg. 4

Mayo/Junio 2011

Aquí Estamos

North/Eastside
SENIOR
Coalition
Over **35** years
Enhancing
the lives of **Seniors**



North/Eastside Senior Coalition

1625 Northport Dr #125
Madison, WI 53704
phone (608)243-5252
fax (608)243-5259

info@nescoinc.org · www.nescoinc.org

Información General

Clases de inglés y de computación.

Hay varios lugares donde se dan clases de inglés gratuitamente.

Si usted quiere aprender este idioma, aquí le damos la información de algunos lugares donde podrá aprenderlo.

Iglesia Luterana Bethel del 312 de la avenida Wisconsin en Madison.

Puede comunicarse con Aura Suárez al teléfono 257-3577. Las clases son los Domingos. No tiene que ser miembro de esta iglesia.

Clase de computación para principiantes y avanzados, comunicarse con Aura por horarios de clases. Catholic Multicultural Center (Centro Guadalupe) en el 1862 Beld Street, Madison. Información llamando al 661-3512.

Tienen clases de inglés y de computación.

Vera Court Community Center, 614 Vera Court, Madison. Teléfono 246-8372.

Busque el que quede cerca de su domicilio y Supérese!

Las clases son gratuitas y en horarios accesibles.

Sabía Usted Que?

¿Que es la tristeza?

La tristeza es una reacción natural a cualquier cambio o pérdida importante.

Es una experiencia dolorosa, pero el dolor pasa algún día.

La tristeza es una respuesta humana y saludable a situaciones tales como:

- * Muerte de un ser querido.
- * Separación o divorcio
- * Heridas o incapacidades
- * La pérdida de un trabajo, propiedad o animal doméstico
- * La partida de los hijos fuera del hogar

Todos experimentamos pérdidas o cambios en algún momento de nuestras vidas.

Si entendemos que es la tristeza, podemos encontrar ayuda para sanar.

Es bueno enfrentar la realidad.

La tristeza es una parte importante del proceso para sanar.

Si usted entiende que está pasando, empezará su etapa de recuperación y será una persona más fuerte.

El aceptar su pérdida, motivo de su tristeza, le ayudará a vivir nuevamente una vida completa.

Si usted siente que no puede salir de ese estado de ánimo por usted mismo, busque ayuda profesional.

Su médico familiar está capacitado para ayudarlo y referirle en caso necesario al siguiente paso de su recuperación.

Senior Housing Partner: Sherman Glen Apartments
1110 N. Sherman Ave, Madison, WI 53704 (608) 241-1190

Información General

Acces Community Health Centers. Los centros de Salud Acces.

Ofrecen servicios médicos, dentales y de salud mental y ofrecen un servicio en escala de descuento para pacientes de bajo ingreso que no tienen seguro médico.

El personal de las clínicas trabaja con el paciente para determinar su elegibilidad para el programa de descuento.

Para recibir un descuento en el costo de su cuidado, los pacientes deben llenar una solicitud y proporcionar pruebas de ingreso de las personas que son familia y viven en la misma casa. Estos formularios están disponibles en cualquier visita a la clínica.

Solo se necesita una solicitud para cubrir a toda la familia.

Para recibir un descuento en el costo de su cuidado médico, los pacientes deben llenar una solicitud e incluir la información de sus dependientes. Es recomendable que los pacientes llenen esta solicitud en su primera visita a la clínica, pero se pueden llenar en cualquier tiempo y se debe actualizar la información que se de para el descuento de servicios médicos en todo tiempo cuando haya cambios en el ingreso económico del paciente.

Estas clínicas aceptan algunos programas de seguro médico privado o federal.

En los Centros de Salud Access se proporciona cuidado médico bien organizado, oportuno, con médicos y personal de salud disponibles las 24 horas.

En el área de atención dental se ofrecen servicios que incluyen:

- Limpieza dental
- Exámenes dentales
- Extracciones
- Dentaduras postizas
- Amalgamas
- Instrucciones de higiene oral
- Endodoncia
- Rayos X
- y sellados dentales.

Servicios de Pediatría en estas clínicas:

Los servicios incluyen visitas del niño sano; Exámenes físicos escolares y deportivos, educación para pacientes y la atención para los niños cuando están enfermos.

Las citas pueden ser en el mismo día, si el niño se encuentra muy enfermo.

Cuidado para los adolescentes.

El personal del programa de salud para adolescentes está especializado en las necesidades y circunstancias que ellos y sus familias pueden enfrentar.

Se les proporciona cuidado médico y recursos para que se mantengan sanos.

Cuidado de los adultos

Los adultos reciben cuidado médico preventivo apropiado para tener tratamientos que los ayude a mantenerse sanos. Esta práctica permite el diagnóstico temprano y el tratamiento de cualquier problema de salud.

Cuidado de salud mental

El personal de estas clínicas está disponible para atender al paciente en el mismo día de su visita médica, para que sus necesidades sean atendidas de inmediato.

Servicios de Farmacia

Los Centros Access tienen un programa activo de farmacia que les permite ofrecer a sus pacientes medicamentos a bajo costo.

Ubicación de los Centros Access

Clínica William T. Evjue
3434 E. Washington Ave.
Madison.

Clínica South Side
2202 S. Park Street
Madison.

Horario de atención

Las clínicas trabajan de Lunes a Viernes. Su horario puede variar, por eso necesita llamar para hacer una cita con anticipación.

Teléfonos para hacer una cita médica.

608-443-5480

Línea para hacer una cita dental:

608-443-5482

Cuide a su familia y a usted mismo.

Es importante y menos costoso tener un médico familiar, que tener que ir a una sala de emergencia.



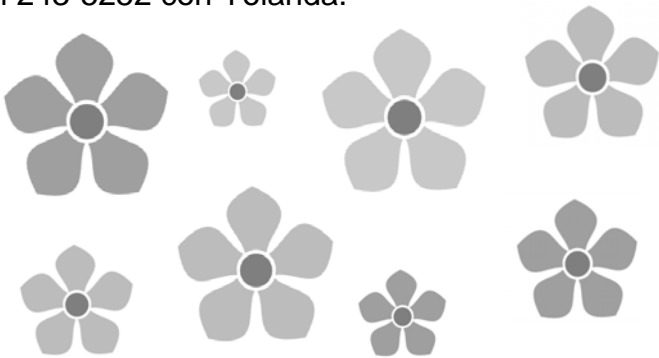
Grupos

Grupo latino de apoyo para las personas de la tercera edad que hablan español.

Las próximas reuniones del grupo serán el 11 de Mayo y el 8 de Junio de 6-8:30 p.m. en el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St. (2º piso). Únete a nosotros en una experiencia única, conoce amigos de varios países de Latin-América, aprende sobre diferentes tópicos de interés general y recibe información sobre diferentes agencias donde puedes encontrar ayuda.

Libérate de tus tensiones cotidianas y ven a convivir con nosotros en un espacio diseñado especialmente para ti.

La reunión es abierta al público en general. Ven y comparte tu cultura y tradiciones. Se puede ofrecer transportación limitada para las personas mayores de 55 años. Para más información llame al 243-5252 con Yolanda.



Grupo de Apoyo para personas con Diabetes.

Gracias a la North/Eastside Senior Coalition y al Consejo Latino para la Salud, se ha creado el primer grupo de apoyo latino para las personas que sufren de esta enfermedad que está costando tantas vidas e incapacidades.

La próxima reunión de este grupo será el 22 de Junio de 6:00 a 8:00 p.m. en el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St., en Madison, WI.

Si usted es diabético/a o algún miembro de su familia lo es, venga a tener información y apoyo para seguir adelante.

Se puede proporcionar transportación en forma limitada.

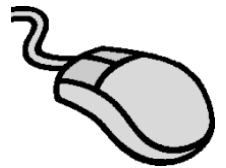
Si usted quiere participar en este grupo o necesita información, llame al 608- 243-5252 o al 608-441-9918 con Yolanda Salazar-Torres

Para más información llame al 243-5252 con Yolanda.

Actividades Del Program

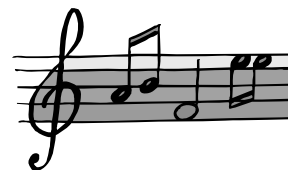
Actividades en el mes Mayo:

- 11 Grupo de apoyo para las personas de la Tercera Edad. En el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin. De 6-8:30 p.m.
- 12 Fiesta para la gente mayor en la escuela Black Hawk del 1402 Wyoming Way de 6:00-8:30 p.m.
- 13 Clase de computación de 10:30 a.m. a 1:30 p.m. en el Vera Court Center.
- 20 Feria de Salud; Bingo bilingüe y almuerzo en el Warner Park Community Recreation Center del 1625 Northport Dr. En Madison, Wi. De 9:00 a.m. a 1:30 p.m.



Actividades en el mes de Junio:

- 3 Almuerzo y Bingo bilingüe en el Warner Park Community Recreation Center del 1625 Northport Dr. de 10:00 a.m. a 12:00 p.m. Clase de computación de 12:15 a 2:00 p.m. en el Vera Court Center
- 8 Grupo de apoyo para las personas de la Tercera Edad en el Madison Senior Center en el 330 W. Mifflin St., de 6-8 p.m.
- 22 Grupo de apoyo para las personas con Diabetes en el Madison Senior Center del 330 W. Mifflin St. De 6:00 a 8:00 p.m.
- 27 Concierto en el parque Warner, localizado en Sherman Ave. Este día estará el grupo llamado "Los Gavilanes" con música mexicana y nos reuniremos en el área de picnic (shelter) del parque. Este evento será de 6-7:30 p.m. Abierto al público.



Si usted quiere participar en el programa latino de la Coalición del lado Norte, comuníquese al 243-5252 con Yolanda Salazar-Torres.

1625 Northport Dr., #125 Madison, WI 53704
In the Warner Park Community Recreation Center

EXTRA! EXTRA! EXTRA!

Felicidades a las personas que cumplen años :

Mayo : Angelita E. y Rosita S.

Junio : Roberto O. y Lutpita O.

Feliz “Día de la Madre” en Mayo y

Feliz “Día del Padre” en Junio.

Felicidades para los que aman y cuidan a sus hijitos.

Aquí Estamos es una publicación bimestral de la North/Eastside Senior Coalición. Si usted está interesado en publicar un artículo pequeño de interés para la comunidad o quiere participar en nuestro programa latino, comuníquese al 243-5252. Con Yolanda o Liz o Sarah.